



# Hallentermine für SV Falke Rosenthal-Sportler



in der Schulsporthalle Rosenthal-Schwicheltd

gemeinsam mit Mitglieder vom TSV Schwicheltd

**GYMWELT**  
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

## Eltern-Kind-Turnen

Klettern, Hüpfen, Toben, Singen, Spiele spielen, alles, was kleine Kinder mögen, die gerade laufen können, bis zum Kindergartenalter, mit **Diana Russek**,  
**mittwochs von 15:30 bis 17:00 Uhr**

Bitte  
anmelden



## Kinderturnen

für Kinder ab etwa 3 bis 6 Jahre, das ist Spaß an Lauf- und Ballspiele und an dem Geräteparcours mit **Lisa Jäck**,  
**dienstags von 15:45 bis 17:00 Uhr**



## Fitnessgymnastik

der Dienstagssport mit und ohne Kleinsportgeräte zum Kräftigen, Dehnen, Mobilisieren und für die Ausdauer mit **Elke Wedepohl-Greinke**  
**dienstags von 19:45 bis 20:45 Uhr**



## für Kinder im Grundschulalter Ball- und Bewegungsspiele

Brennball, Zombieball, Völkerball und alles, was Spaß macht mit **Joana Greinke**  
**ab 27.01. freitags von 16:00 bis 17:00 Uhr**



## KAHA<sup>®</sup>

ist mobilisierend fordernd und für Geist beruhigend, inspiriert vom Taiji, Qigong, Yoga, Haka,

**Sportkursangebot in Planung**

oder sonst zum Mobilisieren beim AROHA

**Interessiert? Infos bei  
Elke Wedepohl-Greinke  
breitensport@falke-rosenthal.de**



## AROHA<sup>®</sup>

effektives und einfaches Ganzkörpertraining, für Körper, Geist und Seele. inspiriert von Kung Fu, Taiji und Haka mit **Elke Wedepohl-Greinke**  
**donnerstags von 20:10 bis 21:10 Uhr**

## Seniorenport 60+

findet zur Zeit nicht statt, im Sommer mit Fahrrad ÜL-Stelle ist vakant

In Planung:

Selbstverteidigungskurse für Frauen und Jugendliche

Kindertanz und Zumba,

Infos dazu in der

Homepage: [www.falke-rosenthal.de/](http://www.falke-rosenthal.de/)

Mail: [breitensport@falke-rosenthal.de](mailto:breitensport@falke-rosenthal.de)

## HULA HOOP-FITNESS

stärkt die Körpermitte  
kräftigt Rumpf- und Beinmuskulatur  
**dienstags von 18:45 bis 19:45 Uhr  
ab Februar 2023  
mit Karin Lemcke**  
Infos bei Elke Wedepohl-Greinke

Bitte  
anmelden

